

كتاب: الطب النفسي بين الأيديولوجيا والتطور (1) (الحلقة 9) الفصل الرابع: تشكلات من الطب النفسي السلبي
(والطب النفسي الإيجابي: ما أمكن ذلك!)



yehiatrakhawy@hotmail.com

نشرة "الإنسان" 2019/11/10

السنة الثمانية عشرة - العدد: 4453

بروفيسور يحيى الرخاوي - الطب النفسي، مصر

مقدمة:

نشرنا في الأسبوعين الماضيين إحدى عشر من أنواع من الطب النفسي، وبصراحة لم ندمغ أيا منها بأنها سلبية بشكل مباشر، برغم تلميحاتنا بقصورها.

واليوم ننشر مناقشة بعض مواصفات الطب النفسي الإيجابي

مناقشة بعض مواصفات الطب النفسي الإيجابي

أولاً: يعرف الطب النفسي الإيجابي تقليدياً، ويمارس على أنه فرع من الطب يركز على التشخيص والعلاج للأمراض النفسية، بناء على تنامي الأدلة من الممارسة الكلينيكية، وكما يزعم هذا الطب النفسي الإيجابي، فإن هذا التعريف يحتاج إلى توسيع الخلفية الثقافية حتى نفهم ونحقق الحياة السوية الجيدة للبشر من خلال الدعم والتداخل الهادف لتنمية العافية السلوكية والعقلية.

المناقشة:

الطب النفسي هو أحد فروع الطب، لا أكثر ولا أقل، وبالتالي فإن مهمته المباشرة هي تشخيص علاج الأمراض الخاصة به، أما فهم ودعم الحياة السوية الجيدة لتنمية العافية، فهذه مهمة التربية والسياسة والمجتمع الصحي ثم الطب الوقائي الذي يقع جزء منه فقط في مجال الطب النفسي فعلاً. المفروض أن النقد الذي يوجّه للطب التقليدي كما ورد في هذا التعريف يقتصر على التنبيه على الكف عن المبالغة في التركيز على التشخيص على حساب التخطيط العلاجي الأشمل، وألا يقتصر العلاج على الإسراع بالتداوى لإزالة الأعراض دون أن يضع بقدر كاف احتمال إتاحة الفرصة (وليس فرضها) لإطلاق قدرات النمو، أما أن تزاح المهمة الأساسية هكذا ليحل محلها ما ليس طباً، فعذراً. ثانياً: تعريف آخر) يمكن تعريف الطب النفسي الإيجابي أنه علم وممارسة الطب النفسي الذي يسعى لفهم ودعم العافية شاملاً السمات النفسية الإيجابية في الذين يعانون من المرض أو يكونون مستهدفين لخطر أن يصابوا بمرض عقلي أو جسدي، وهكذا يمكن أن يعود ذلك بالفائدة على الأسوياء الذين لم يلجأوا بعد للاستشارة الطبية.

المناقشة:

مرة أخرى نلاحظ تجاوز العلاج والمداواة والمواساة) وهو التعريف الأصلي لما هو طب) إلى دعم العافية والسمات الإيجابية، طبعا هذه مهمة رائعة، لكنها مرحلة لاحقة لمن شاء من "المرضى" واستطاع أن يواصل رحلة النمو من خلال ما أتاحت له فرصة المرض، أو هي مرحلة سابقة (وقائية) لمن لم يمرض أصلاً، ولكنها ليست حرفة التطبيب الأساسية.

يعرف الطب النفسي الإيجابي تقليدياً، ويمارس على أنه فرع من الطب يركز على التشخيص والعلاج للأمراض النفسية، بناء على تنامي الأدلة من الممارسة الكلينيكية

الطب النفسي هو أحد فروع الطب، لا أكثر ولا أقل، وبالتالي فإن مهمته المباشرة هي تشخيص علاج الأمراض الخاصة به، أما فهم ودعم الحياة السوية الجيدة لتنمية العافية، فهذه مهمة التربية والسياسة والمجتمع الصحي ثم الطب الوقائي الذي يقع جزء منه فقط في مجال الطب النفسي فعلاً

أن النقد الذي يوجّه للطب التقليدي كما ورد في هذا

إن الاهتمام بالأسوياء ابتداءً في المقام الأول إنما يخرجنا عن دائرة المهنة والتعاقد المتعدد المراحل بين الطبيب والمريض على مسار العلاج، ثم العمل على منع النكسة ما أمكن ذلك، ثم يضاف التأهيل للوقاية، بهذا الترتيب.

ثالثاً: إن الطب النفسي الإيجابي مثل الطب التقليدي يركز على البحث عن أسباب الأمراض العقلية، لنتمكن من إعطاء العلاج الناجع والإقلال من مصاحبات المرض من معاناة أو إعاقة

المناقشة:

طبعاً يركز ونصف، هذه هي مهمة أي طب خاصة إذا كان السبب قائماً وكافياً وحاضراً، وخاصة إذا كان سبباً مُدِيمًا Perpetuating أي أنه عامل في استدامة المرض، إذا كان السبب كذلك: فلا بد من إزالته أولاً، أما إذا كان السبب ماضياً وحكياً وتثبيتاً فالتقليل من الاهتمام بالأسباب بالصورة التبريرية التي شاعت هو شيء جيد، ذلك لأن المبالغة في التركيز على الأسباب سواء من منطلق تحليلي أو تفريغ ذكرياتي قد راح يروج له التحليل النفسي (السطحي) ووسائل الإعلام والمسلسلات والعامية حتى أصبح معوقاً لا مساعداً، ومؤخراً فإن الطب النفسي وخاصة العلاج الجمعي وعلاج الوسط أصبح يركز أكثر فأكثر على ”هنا والآن“ وحلت – كما ذكرنا – ”إذن ماذا “بدلاً من “لماذا“.

نعم لا بد من البدء بتخفيف المعاناة وإزالة الإعاقة، ثم حسب ما وصل المريض بعد ذلك، وحسب خبرة المعالج وظروف المجتمع المحيط الواقعية يبدأ التأهيل من ”الآن“ لتدعيم الإيجابيات.

رابعاً: ويؤكد الطب النفسي الإيجابي على مساندة تعريف الصحة النفسية الإيجابية كما أوردته منظمة الصحة العالمية وأنها ليست مجرد ما ليس مرضاً أو وهناً، ولكنها حالة من تمام الصلاحية (الرفاه) الجسدية والنفسية (العقلية) والاجتماعية.

المناقشة:

(لاحظ كلمة ”تمام“ هذا التعريف للصحة النفسية هو تعريف على العين والرأس، لكن علاقته المباشرة بالتطبيب ينبغي أن تتم بخطوات عملية متدرجة مختارة، ولا ينبغي الخلط بين تعريف الصحة وبين تعريف مهنة الطب عامة التي لها قواعدها وأصولها.

ثم نلاحظ أيضاً حكاية ”تمام“ الصحة العقلية والاجتماعية Complete، وهل يوجد شيء في الحياة الواقعية مع كل هذه الاختلافات الثقافية والاختلافات الفردية اسمه ”تمام“، إن هذا يتجاوز ويهمل النظر إلى الكائن البشري ككيان دائم النمو والتطور والمحاولة والخطأ والإبداع، وأن مسيرته دائماً ناقصة، بما في ذلك تطور مستويات صحته مع كل أزمة نمو، إن الاعتراف بهذا النقص هو من أهم محركات الإنسان نحو المراحل الأرقى فالأرقى من مستويات الصحة (كما أشرت في فرضي الباكر. (2)

خامساً: يؤكد هذا الطب النفسي الإيجابي على السمات التي ينبغي أن تتوفر حتى يستحق الشخص أن يكون صحيحاً ويضمها تحت هذا المسمى ويسميتها ”السمات النفسية الإيجابية“ وهي (حسب المقتطف:)

المرونة، والاهتمام، والروحانية، والتدين، والحكمة (التي تتضمن التعاطف: والمواجدة) (3) والتفاوض، والشجاعة، وأخلاقيات العمل، والتوجه العقلي المستقبلي، ومهارات التواصل بينشخصي، والقدرة على الفرح، والبصيرة، والمسئولية الاجتماعية.

المناقشة:

حاضر حاضر: هل هذا طب أم هي شروط التقدم لوظيفة في مسرحية ”السكرتير الفني“ أم أنها المواصفات التي يستحيل ان يدعيها المرشح لمجلس الشعب!

عذراً

لكنها فعلاً مواصفات أدعو الله أن أستطيع التمتع بما تيسر لي من نصيب منها قبل أن ألقاه سبحانه وتعالى ليغفر لي ما لم أستطع تحقيقه.

الخلاصة:

التعريف يقتصر على التنبيه على الكفة عن المبالغة في التركيز على التشخيص على حساب التخطيط العلاجي الأشمل، وألا يقتصر العلاج على الإسراع بالتداوي لإزالة الأعراض دون أن يضع بقدر كافه احتمال إتاحة الفرصة (وليس فرضها) لإطلاق قدراته الذهني

يمكن تعريفه الطب النفسي الإيجابي أنه علم وممارسة الطب النفسي الذي يسعى لفهم ودعم العافية شاملاً السمات النفسية الإيجابية في الذين يعانون من المرض أو يكونون مستهدفين لخطر أن يصابوا بمرض عقلي أو جسدي

إن الطب النفسي وخاصة العلاج الجمعي وعلاج الوسط أصبح يركز أكثر فأكثر على ”هنا والآن“ وحلت – كما ذكرنا – ”إذن ماذا“ بدلاً من ”لماذا“.

لا بد من البدء بتخفيف المعاناة وإزالة الإعاقة، ثم حسب ما وصل المريض بعد ذلك، وحسب خبرة المعالج وظروف المجتمع المحيط الواقعية يبدأ التأهيل من ”الآن“ لتدعيم الإيجابيات

بعد مناقشة هذه المقطعات المحدودة عن الطب النفسى الإيجابى هناك ملاحظات عامة كنت قد
أشرت إليها فى البداية وأود أن أؤكد عليها مرة ثانية:
- هذا التوصيف هو توصيف عام لا يضع فى الاعتبار النقلات والتطور الدائم
- وهو توصيف عام لا يضع فى الاعتبار اختلاف الثقافات
- وهو توصيف جامع لا يعمل حساب الفروق الفردية ولا حتى الفروق فى مراحل المرض وأنواع
الأمراض.
- وأخيراً فهو توصيف "جاهز" لم يعط الاهتمام الكافى لحركية الإبداع على مسار الفرد بكل مستويات
نموه وتطوره.
لكل ذلك، وبرغم الحماس، فيستحسن النظر إليه نقداً بهذه الصورة أولاً.

يؤكد هذا الطب النفسى
الإيجابى على السمات التى
ينبغى أن تتوافر حتى يستحق
الشخص أن يكون صحيحاً
ويضمها تحت هذا المسمى
ويسمىها "السمات النفسية
الإيجابية

ونكمل الأسبوع القادم: الفصل الخامس: "الطب النفسى التطورى

*** **

- [1] يحيى الرخاوى: "الطب النفسى: بين الأيديولوجيا
والتطور" منشورات جمعية الطب النفسى التطورى (2019)،
والكتاب موجود فى الطبعة الورقية فى مكتبة الأنجلو
المصرية وفى منفذ مستشفى دار المقطم للصحة النفسية شارع
10، وفى مركز الرخاوى للتدريب والبحوث: 24 شارع 18 من
شارع 9 مدينة المقطم، كما يوجد أيضاً حالياً بموقع
المؤلف، وهذا هو الرابط www.rakhawy.net
- [2] مستويات الصحة النفسية على مسار التطور الفرضى.
- يحيى الرخاوى: ("مستويات الصحة النفسية" من مأزق
الحيرة إلى ولادة الفكرة) منشورات جمعية الطب النفسى
التطورى الطبعة الأولى 2017.
- [3] المواجهة هى الكلمة التى اقترحها الابن د. إيهاب
الخرائط ترجمة لكلمة Empathy وتميزاً لها عن كلمة
Sympathy التى تعنى الشفقة وليس بالضرورة التقمص
والمشاركة اللتين يميزان "المواجهة"

"السمات النفسية الإيجابية
المرونة، والاهتمام، والروحانية،
والتدين، والحكمة (التى
تتضمن التعاطف، والمواجهة)
(3) والتفاوض، والشجاعة،
وأخلاقيات العمل، والتوجه
العقلى المستقبلى، ومهارات
التواصل بينشخصى، والقدرة
على الفرع، والبصيرة،
والمسئولية الاجتماعية

إرتباط كامل النص:

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD101119.pdf>

*** **

مؤسسة العلوم النفسية العربية

جائزة "قتيبة شلبي" لشبكة العلوم النفسية العربية للعام 2019

تتشرف شبكة العلوم النفسية العربية بإطلاق اسم:

" البروفيسور قتيبة شلبي "

(الطب النفسانى، العراق / أمريكا)

على جائزتها للعام 2019 المخصصة للأعمال العلمية فى الطب النفسانى

تقديراً لمسيرته العلمية المميزة

واعترافاً لما قدمه من خدمات جليلة للطب النفسانى الشرعى على المستوى العالمى

دعوة لتقديم الترشيحات للجائزة

الترشح للجائزة من بداية من 01 جانفي 2019 الى 30 نوفمبر 2019

شروط الترشح

www.arabpsynet.com/Prizes/Prize2019/APNprize2019.pdf

دليل جائزة شبكة العلوم النفسية على المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsfound.com/arabpsynet.php?p=2>

دليل جائزة شبكة العلوم النفسية على الفيس بوك

<https://www.facebook.com/Arabpsynet-Award-289735004761329/?ref=bookmarks>